



注目

むすび深町では、自立訓練（生活訓練）通所利用者と、宿泊型自立訓練の新規入居者を募集しています。定員は通所利用が20人、宿泊型入居が18名です。職員は男性2名と女性が6名で、小規模の特性を活かし、利用者さまの訓練が円滑に進むように、細やかな工夫と確かな誠意をもって業務にあたらせていただいています。ご利用希望の方はぜひお問い合わせください。ご見学ももちろん大歓迎です！

担当：加藤 服部

通所自立訓練（生活訓練）スケジュール



- 8:30…送迎
- 9:00…朝の掃除と前日の振り返り
- 9:30…ラジオ体操、みだしなみ確認
- 10:00…1限目カリキュラム
- 11:00…2限目カリキュラム
- 12:00…昼食
- 13:00…3限目カリキュラム
- 14:15…4限目カリキュラム
- 15:30…清掃、日誌記録
- 16:00…送迎

職員からのひと言。

むすび深町で育てていた朝顔のつる、笹田中央公園で拾った松ぼっくり、組み合わせさせて大変身しました。職員と利用者の方々と作成しました。クリスマスが待ち遠しくなるリースです。どこに飾るかはワクワクしながら相談中です。
(支援員 安達)

〒990-2462
山形市深町1丁目4-13
TEL 023-666-4471
FAX 023-666-4472
E-mail musubi-f@klala-net.jp
特定非営利活動法人 あじさい

むすび深町は土日も通所のカリキュラムを実施しています。[むすび深町のHPこちら→](#)



自立訓練（生活訓練）／宿泊型自立訓練

相談支援事業所

広報誌

2023年12月号

むすび深町

あなたの暮らしと社会を「むすぶ」



先日は課外活動の一環で、お弁当を作り、晩秋の西公園にハイキングに出かけました。片道約60分。曇天気味であいにくの天気ではありましたが、屋根のあるあずまやで昼食を囲み、足湯で温まるアクティブな1日になりました。むすび深町の生活訓練、最近の活動をご紹介します！

カリキュラム深掘り

ファイルNo.1

LST (健康管理編)

ライフスキルトレーニング

感染症について学びました。
 どのような種類があって、どんな症状があって、どんな経路で感染するのか……
 参加者全員で振り返り、思い出しながら、知識を深めていきます。そして、その予防法とは？ 日ごろからできているのか、再確認することができました→

通所カリキュラムでは、生活能力向上のため【健康管理】【時間の管理(マナー・モラル)】【金銭管理】が最低限できるよう、振り返りや助言をしています。ここでは、最近カリキュラムで実施した内容を、深掘りします。

感染症	症状	経路	予防
インフルエンザ	せき、発熱	せき(飛沫)	手洗い(うがい)
コロナウイルス	しん、おた	せき(飛沫)	消毒(接触、手指)
ノロウイルス	下痢、嘔吐	あく手(接触)	マスクの着用
はしか	頭痛、のどのいた	物に届く(接触)	換気、湿度の管理
エボラ	かゆみ、痛み	経口	ワクチンの接種
7ラミジア			
梅毒			



←予防法について、正しく出来ている(?)実践の様子です。まず実際にマスクを見ながら正しい付け方を確認!



↓そして手洗いは、通常の手洗いと、正しい手洗い法を行い、それぞれどのくらいの時間をかけているかくらべてみました。正しい手洗いには、糊を広げて汚れに見立てて……実際に比較してみると、その結果にびっくり!! 皆さん通常よりも、約1分程度は長く手洗いをしていました。「普段の手洗い、やってるつもりだったけど、できていなかった…」「流水で洗うことが大切って、初めて知った」などなど。感想が次々とあがりました。



健康な体があって、楽しく生活ができ、仕事もできます!皆さんの希望ある将来のため、出来る限りの支援をさせていただきます!

通常	正しい手洗い
1分27秒	約1分 2分28秒
54秒	約1分 1分54秒
32秒	約1分 1分45秒
1分9秒	約1分20秒 2分31秒
21秒	約2分 2分16秒

かばん足りない。深さはここが深さ!!

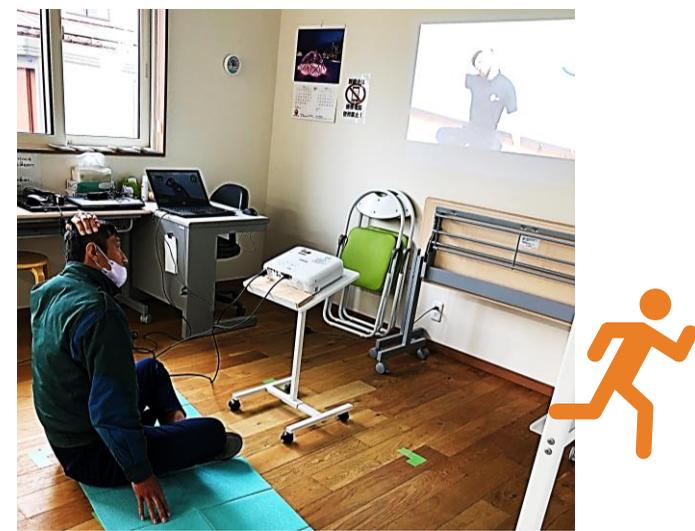
流水で洗うこと大事!!

その他のカリキュラムの様子

○調理訓練 いつもは毎月1回の実施ですが、今回は、西公園のハイキング用にお弁当づくりも実施。食堂で食べるメニューは[肉そば&サラダ&ハチミツ入りヨーグルト]。お弁当メニューは[三色おにぎり&チキンナゲット&卵焼き]。どちらも見目よく美味しく仕上がっています。特に卵焼きは、利用者の一人がこだわりの味付けを施してくださって大好評でした!



○体力づくり 晴れた日は積極的に外でウォーキング。そしてほぼ毎日ストレッチ、筋肉&体感トレーニングも実施しております。小休憩もはさみながら約1時間動き続けることが皆さんできています。その他にも、月に2回は体力測定も実施。やり始めたころは腕立て伏せやスクワットが全くできなかった方も、どんどん形になってきました「継続は力なり」を実感する日々です。



○課外活動 むすび深町では積極的に課外活動に取り組んでいます。月に一度、必ず山形市中央図書館に利用者のみなさんと本を借用にうかがいます。実際にたくさんの本に囲まれることで、自分の興味関心の幅を広げる事を目的にしています。静かに集中して過ごすことが求められる場でのふるまい方を身に着ける機会でもあります。その他にも皆さん自身で計画をして出かける活動も実施。前は西公園ハイキング。次はどこに出かけるか検討しています。

